



Udon Nudeln DIY

für 2 Portionen | 80 Minuten | 228 kcal

Diese selbstgemachten Udon Nudeln sind nicht nur eine Freude für den Gaumen, sondern auch ein echtes Erlebnis in der Zubereitung. Sie saugen die Aromen deiner Lieblingsbrühe auf und verwandeln jede Nudelsuppe in ein herzhaftes, authentisches Mahl. Folge mir auf dieser spannenden Reise, bei der Tradition auf Einfachheit trifft, und entdecke, wie du mit ein wenig Geduld und viel Spaß deine eigenen, perfekt geschmeidigen Udon Nudeln kreieren kannst!

Zubereitung:

1. Zutaten für die selbstgemachten Udon Nudeln bereitlegen.
2. Das Mehl in eine größere Schüssel geben und das Salz mit Wasser in einer weiteren Schüssel verrühren. Das Salzwasser anschließend zum Mehl gießen.
3. Das Mehl und Salzwasser zuerst mit den Fingern in der Schüssel vermischen und danach den Teig mindestens 5 Minuten mit den Handflächen auf der Arbeitsfläche zu einer festen Kugel kneten.
4. Den Teig dann in einen widerstandsfähigen Plastikbeutel (z.B. einen großen Gefrierbeutel) legen und oben offen lassen, damit Luft entweichen kann. Dann den Teigbeutel auf den Boden legen, mit einem Geschirrtuch abdecken und mit den Füßen (ja, mit Füßen!) ausgiebig und gefühlvoll kneten.
5. Solange kneten, bis der Teig sich gut im Beutel ausgebreitet hat und den ganzen Beutel ausfüllt. Den Teig herausnehmen und zweimal in ein kleineres Quadrat falten. Wiederhole das Kneten und Falten noch 3-mal. Anschließend den Teig zu einer Kugel formen, wieder in den Plastikbeutel legen, verschließen und 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.
6. Arbeitsfläche großzügig mit Mehl bestäuben und den Teig ausgepackt darauflegen und ebenfalls mit Mehl bestäuben. Als erstes die Teigkugel mit deinen Händen schön flachdrücken und dann mit einem Nudelholz den Teig auf eine Dicke von 3 mm auszurollen.
7. Den Teigfladen jetzt zu mehreren Schichten falten und 3 mm breite Nudeln mit einem großen scharfen Messer schneiden.
8. Jetzt können die Nudeln in leicht gesalzenem Wasser in einem großen Topf für 5 bis 10 Minuten gekocht und anschließend abgossen sowie mit kaltem Wasser abgeschreckt werden. Fertig – Itadakimasu!

Zutaten:

- 300 g Mehl (zum Beispiel Weizen)
- 15 g Salz
- 150 ml Wasser

